



こころの健康相談窓口

悩みを相談できる窓口（電話）のご案内



相談内容	相談機関名・電話番号	対応日時
心の悩みでつらい、話を聴いてもらって気持ちを整理したい等	心の健康相談電話 (福岡県精神保健福祉センター) 092-582-7400	平日 9 時～16 時 (祝日・年末年始を除く)
	心の電話 (福岡県地域精神保健協議会) 092-821-8785	火・水・金曜 13 時～17 時 (祝日・お盆・年末年始を除く)
	よりそいホットライン (社会的包摂サポートセンター) 0120-279-338	24 時間 365 日
	心の相談・健康相談 (宗像市健康課) 0940-36-1187	平日 8 時 30 分～17 時 (祝日・年末年始を除く)
生きているのがつらいと感じるとき等	福岡いのちの電話 (日本いのちの電話連盟) 092-741-4343	24 時間 365 日
	ふくおか自殺予防ホットライン (福岡県こころの健康づくり推進室) 092-592-0783	24 時間 365 日
	ふくおか自殺予防ホットライン (福岡県こころの健康づくり推進室) 0120-020-767	平日：16 時～翌日 9 時 休日：9 時～翌日 9 時
精神的な病気ではないか、こころの病気に関する医療機関を探している等	精神保健福祉相談 (福岡県精神保健福祉センター) 092-582-7500	平日 8 時 30 分～17 時 15 分 (祝日・年末年始を除く)
	こころの健康相談 ※精神科・心療内科に通院中でない方、 またはそのご家族等 (福岡県宗像・遠賀保健福祉環境事務所) 0940-36-2473	平日 8 時 30 分～17 時 15 分 (祝日・年末年始を除く)